

## 対人関係で生起する苦手意識への対処の分類

——大学生を対象とした研究——

山 寄 千 尋

# 対人関係で生起する苦手意識への対処の分類

—大学生を対象とした研究—

## Study on Coping Patterns for “sense of nigate”:

A study of college students

山 寄 千 尋

### 問題

ある特定の人物に対して、相性の悪さを感じることや、あまり関わりたくないと思うことは、誰しも一度は経験しているだろう。このような特定の人物に対する苦手意識の研究は、教育・児童心理学領域と社会心理学および対人行動研究領域という大きく2つの分野で行われている。教育・児童心理学領域では、対人関係における苦手意識として、児童・児童間、児童・親子間、児童・教師間を対象に研究が行われてきた。先行研究から、対人関係における苦手意識は主に「コンプレックス」（氏原、1996）などの個人的要因と「相性が悪い」（曾我部、1993）などの相互作用的要因に起因しており、これらの要因が背景となつて、「不快感や緊張、心理的な隔たりや対処行動の困難を経験する」（日向野・堀毛・小口、1998）とされている。しかし、これらの報告は現場の観察にもとづいた研究者の洞察に依拠したものであり、実証的な研究は行われていない。

一方、社会心理学および対人行動研究領域では、対人苦手意識という名称を用いて研究が行われてきた。日向野ら（1998）は、対人苦手意識を「相手に対する否定的な感情と消極的なつき合い方」と定義し、大学生を対象に、苦手な人物の特徴、苦手な人物に対する感情、苦手な人物とこれからどのようにつき

あいたい、つまり今後のつきあい方などについて自由記述調査を行っている。その結果、苦手な人物の特徴として、「自己中心性」などの相手に非がある特徴と「性格・会話の不一致」などの相手に非がない特徴が挙げられ、苦手な人物に対する感情としては、「不快」などネガティブな感情が挙げられている。苦手な人物との今後のつきあい方としては、「消極的な態度」「拒否・回避」などのネガティブなつきあい方と「柔軟な態度」「親和」「主張」といったポジティブなつきあい方が挙げられている。その中で、ネガティブなつきあい方は3分の2を占めていた。さらに、自由記述調査をもとに作成された対人苦手意識の感情尺度（以下、感情尺度とする）と対人苦手意識のつきあい方尺度（以下、つきあい方尺度とする）を用いて、相手の特徴により感情や今後のつきあい方が異なることを明らかにしている。また、日向野・小口（2002a）は、中学生を対象に対人苦手意識の特徴について自由記述調査を行い、日向野ら（1998）とほぼ同様の結果を得ている。

これらの研究から、苦手な人物の特徴には、中学生と大学生に関係なく、相手に非がある特徴である相手側の要因と相手に非がない特徴である相互作用的要因や個人的要因があるということ、苦手な人物に対する感情や今後のつきあい方はネガティブになりやすいということ、そして、苦手な人物の特徴により感

情や今後のつきあい方が異なることなどが明らかにされている。

しかし、感情尺度やつきあい方尺度の項目は、日向野ら（1998）の自由記述調査によって得られた上位14項目ないし10項目を用いて作成しており、苦手な人物への感情や苦手な人物とのつきあい方について明らかにするには十分な尺度とはいえないと考えられる。

また、日向野・小口（2002b）は社会人と大学生を対象に、感情尺度を用いて、職位や性別などの属性により、わずらわしさや懸念といった感情がどの程度感じられるのかを検討している。しかし、この研究では、部下に仕事上のミスを指摘するという限定的な場面での対人苦手意識を測定しており、場面が苦手、相手が苦手という2つの内容を混在させて測定している。しかし、対人苦手意識は特定の人物に対する苦手意識であるため、場面の設定は行わず、相手が苦手という内容のみで測定する必要があると考えられる。

以上より、対人苦手意識の研究には大きく2つの問題点が挙げられる。1つ目は、つきあい方尺度が十分な尺度とはいえないということである。日向野ら（1998）は「あなたは苦手な人物とこれから先どのようにつき合いたいと思いますか」という自由記述調査を行い、それをもとにつきあい方尺度を作成している。しかし、分析や尺度作成の際に、自由記述で得られた項目を苦手な人物との今後のつきあい方ではなく、苦手な人物とのつきあい方としてとらえていると思われるが、そのことについては十分検討されていない。また、尺度項目は自由記述調査によって得られた上位10項目のみを用いており、苦手な人物とのつきあい方を把握するには十分でないと考えられる。これらのことから、苦手な人物とのつきあい方に関する尺度を新たに作成する必要があると考えられる。2つ目は、対人苦手意識の基礎的な研究は、日向野らの数本しかないということである。そのため、他の研究

者が対人苦手意識について研究することにより、対人苦手意識に関する新しい視点を与えることができるだろう。

## 目的

本研究では、対人苦手意識の対処法尺度（以下、対処法尺度とする）を作成し、苦手な人物とのつきあい方について明らかにすることを目的とする。

## 研究1

### 1. 目的

苦手な人物とのつきあい方と苦手な人物との今後のつきあい方に関する自由記述形式の質問紙調査を実施し、苦手な人物とのつきあい方と苦手な人物との今後のつきあい方について差異を検討する。

### 2. 方法

#### 1) 調査実施時期および調査対象者

2009年7月～9月、4年制大学の大学生を対象に自由記述による質問紙調査を実施した。

調査対象者数は、37名（男性10名、女性27名）であり、平均年齢は20.19歳（SD 1.13）であった。

調査は、調査者が質問紙を配布し、後日回収する方法で行った。

#### 2) 質問紙の構成

##### ①苦手な人物の想定

本調査では、日向野ら（1998）を参考に、「日常生活の中で、誰もが“苦手だ”と感じる人は1人や2人いると思います。あなたが最も苦手と感じる人を1人思い浮かべてください。各問いに対して、具体的な場面を思い浮かべながら回答してください。」という教示文を最初に記載し、特定の苦手な人物について1人想定させた。

##### ②苦手な人物とのつきあい方

苦手な人物とのつきあい方は、現在の苦手な人物とのつきあい方に関する問いである。そのため、日向野ら（1998）での「あなたは苦手な人物とこれからどのようにつき合いたいと思いますか」という質問項目を参考にして、「あなたはその苦手な人とこれまでどのようにつきあってきましたか」という質問項目を作成した。この質問項目に対して自由記述で回答を求めた。

### ③ 苦手な人物との今後のつきあい方

② 苦手な人物とのつきあい方と同様に、日向野ら（1998）を参考にして、「あなたはその苦手な人とこれからどのようにつきあっていきたいと思いますか」という質問項目を作成した。この質問項目に対して自由記述で回答を求めた。

### ④ 調査対象者の属性

性別、年齢について回答を求めた。

## 3. 結果と考察

質問紙調査によって得られた苦手な人物とのつきあい方と苦手な人物との今後のつきあい方に関する回答について、KJ法を用いて分類した。分類は、筆者を含む心理学を専攻する大学生3名および指導教員1名で行った。

### 1) 苦手な人物とのつきあい方の分類

苦手な人物とのつきあい方について、96件の回答が得られた。この96件を「回避」、「表面的」、「拒否」、「波風立てない」、「感情抑制」、「親和」、「妥協」、「考えない」、「主張」、「その他」の10個のカテゴリに分類した。「回避」は、「なるべく関わらないようにしてきた」「距離を置いてきた」など、苦手な人物をなるべく回避して最低限の関わりにとどめるつきあい方のカテゴリであり、21件の回答があった。「表面的」は、「必要以上に関わらないようにする」「表面的につきあってきた」など、苦手な人物に対して表面的に関わるつきあい方のカテゴリであり、17件の回答があった。「拒否」は、「無視」「話さない」など、苦手

な人物を拒否して関わりを持たないつきあい方のカテゴリであり、14件の回答があった。

「波風立てない」は、「波風立てないようにする」「顔をうかがう」など、苦手な人物との間で波風が立たないように気を遣うつきあい方のカテゴリであり、8件の回答があった。「感情抑制」は、「本人に直接感情をぶつけない」「顔には出さない」など、苦手な人物に自分の苦手な気持ちを出さずに関わるつきあい方のカテゴリであり、7件の回答があった。「親和」は、「仲良くする」「やさしくする」など、苦手な人物に対して親しくするつきあい方のカテゴリであり、6件の回答があった。「妥協」は、「関わらなければならない」「相手はこういう人なんだと言い聞かせる」など、苦手な人物のことを妥協して関わるつきあい方のカテゴリであり、5件の回答があった。「考えない」は、「別のことを考える」「苦手だと考えない」といった、苦手だということを考えないようにするつきあい方のカテゴリであり、2件の回答があった。「主張」は、「譲れないことははっきりと言う」といった、苦手な人物に対して言いたいことは我慢せずに主張するつきあい方のカテゴリであり、1件の回答があった。「その他」は、「長くつきあっている」「普通につきあっている」など、曖昧で分類が困難な回答であり、15件の回答があった。

これらのカテゴリのうち、「その他」以外の9個のカテゴリを、日向野ら（1998）によるつきあい方尺度の「個性の容認」「消極的な態度」という2つの分類を参考にして、筆者を含む心理学を専攻する大学生3名および指導教員1名で検討を行い、二次元上に配置したものが図1である。図の縦軸は受容 - 拒否、横軸は積極的 - 消極的を表している。受容 - 拒否の軸は、苦手な人物と関わることを受容してきたか関わることを拒否してきたかを表しており、日向野ら（1998）の「個性の容認」にあたる軸である。積極的 - 消極的の

軸は、苦手な人物に対して積極的な態度であったか消極的な態度であったかを表しており、日向野ら（1998）の「消極的な態度」にあたる軸である。

図1の太枠は、同じ象限もしくは同じ軸上にあるカテゴリをまとめたものである。「表面的」「妥協」「波風立てない」は受容・消極的に位置している。苦手な人物に対して消極的な態度で、関わることを受容しているまとまりである。「感情抑制」「考えない」は受容・拒否の中間・消極的に位置している。苦手な人物に対して消極的な態度で、関わりについては受容でも拒否でもないまとまりである。「回避」は拒否・消極的に位置している。苦手な人物に対して消極的な態度で、関わることを拒否しているまとまりである。「拒否」は拒否・積極的に位置している。苦手な人物に対して積極的な態度で、関わることを拒否しているまとまりである。「主張」は受容・拒否の中間・積極的に位置している。苦手な人物に対して積極的な態度で、関わりについては受容でも拒否でもないまとまりである。「親和」は受容・積極的に位置している。苦手な人物に対して積極的な態度で、関わるこ

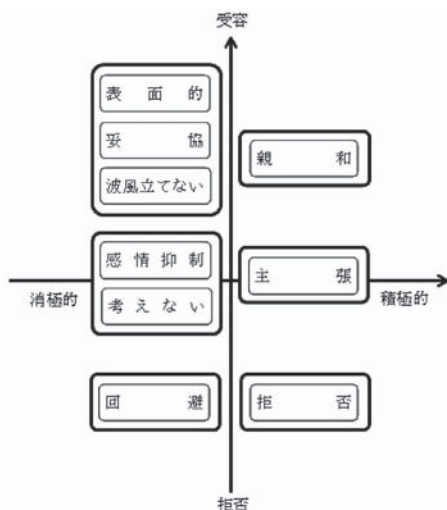


図1 苦手な人物とのつきあい方

とを受容しているまとまりである。

このことから、消極的な態度のつきあい方や関わることを拒否しているつきあい方のカテゴリが多く、全体的に苦手な人物に対するつきあい方にはネガティブなものが多いといえる。その一方で、積極的な態度で、かつ関わることを受容するつきあい方のカテゴリがみられており、少ないながらも苦手な人物に対してポジティブなつきあい方を行うことがわかった。

## 2) 苦手な人物との今後のつきあい方の分類

苦手な人物との今後のつきあい方について、65件の回答が得られた。この65件を、「回避」、「表面的」、「現状維持」、「親和」、「拒否」、「自己向上」、「相手次第」、「妥協」、「受容」、「その他」の10個のカテゴリに分類した。「回避」は、「なるべく関わりたくない」「なるべく距離を置く」など、苦手な人物をなるべく回避して最低限の関わりにとどめたいと思っているカテゴリであり、18件の回答があった。「表面的」は、「最低限のつきあいでいきたい」「相手から来た場合はある程度は応対しようと思う」など、苦手な人物に対して表面的に関わりたいたいと思っているカテゴリであり、9件の回答があった。「現状維持」は、「これまでと変わらずにつきあう」といった、苦手な人物との関わりを変えずに現状のつきあい方を維持したいと思っているカテゴリであり、8件の回答があった。「親和」は、「もう少し仲良くなりたい」「やさしくしてあげようと思う」など、苦手な人物に対して親しくしたいと思っているカテゴリであり、8件の回答があった。「拒否」は、「とりあえず無視」「わかりあおうと全く思わない」など、苦手な人物を拒否して関わらないようにしたいと思っているカテゴリであり、5件の回答があった。「自己向上」は、「自分の存在意義を高めたい」「相手の立場になって考える」など、自分自身を高めたいと思っているカテゴリであり、4件の回答があった。「相手次



第」は、「度が過ぎればはっきりと言う」「相手がいい方向に変わったら関わる」など、苦手な人物の言動によって今後のつきあい方が変わらなと思っているカテゴリであり、3件の回答があった。「妥協」は、「妥協する」「関わらなければいけないから、うまくつきあっていきたい」といった、苦手な人物のことを妥協して関わりたいと思っているカテゴリであり、2件の回答があった。「受容」は、「理解していけたらいいと思う」「いいところを見つけない」といった、苦手な人物のことを受容したいと思っているカテゴリであり、2件の回答があった。「その他」は、「普通につきあう」など、曖昧で分類が困難な回答であり、6件の回答があった。

本研究の分類において、日向野ら（1998）、日向野（2008）ではみられなかった「拒否」「現状維持」「相手次第」というカテゴリが新たにみられた。このことから、日向野ら（1998）、日向野（2008）のつきあい方尺度では、苦手な人物との今後のつきあい方について測定しきれていないものがあると推測さ

れる。

本研究で得られた苦手な人物との今後のつきあい方に関するカテゴリのうち、「その他」以外の9個のカテゴリを、筆者を含む心理学を専攻する大学生3名および指導教員1名で二次元上に配置したものが図2である。図2の軸は図1と同様の軸を用いている。縦軸の受容・拒否は、苦手な人物との関わりを受容したいと思っているか関わりを拒否したいと思っているかを表しており、日向野ら（1998）の「個性の容認」にあたる軸である。横軸の積極的・消極的は、苦手な人物に対して積極的な態度でありたいか消極的な態度でありたいかを表しており、日向野ら（1998）の「消極的な態度」にあたる軸である。図2の太枠は、図1と同様、同じ象限もしくは同じ軸上にあるカテゴリをまとめたものである。「表面的」「妥協」は受容・消極的に位置している。苦手な人物に対して消極的な態度で、関わることを受容したいと思っているまとまりである。「回避」は拒否・消極的に位置している。苦手な人物に対して消極的な態度で、関わることを拒否したいと思っているまとまりである。「拒否」は拒否・積極的に位置している。苦手な人物に対して積極的な態度で、関わることを拒否したいと思っているまとまりである。「受容」「親和」「自己向上」は受容・積極的に位置している。苦手な人物に対して積極的な態度で、関わることを受容したいと思っているまとまりである。「現状維持」は受容・拒否の中間・積極的・消極的の中間に位置している。積極的な態度でも消極的な態度でもなく、関わりについて受容でも拒否でもないまとまりである。「相手次第」は相手によって今後のつきあい方が異なるカテゴリのため、二次元上に配置することが困難であり、別枠に配置した。相手によって消極的な態度にも積極的な態度にもなり、また、相手によって関わることを受容したいと思うこともあれば関わることを拒否したいと思うこ

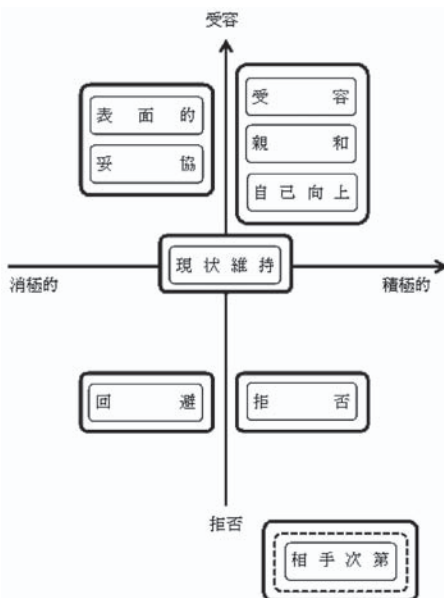


図2 苦手な人物との今後のつきあい方

ともあるというまとまりである。これらのことから、消極的な態度の今後のつきあい方や関わることを拒否する今後のつきあい方と、積極的な態度でかつ関わりを受容する今後のつきあい方がほぼ同じカテゴリ数・回答数であり、苦手な人物に対する今後のつきあい方にはネガティブなものとポジティブなものが同程度あるといえる。

図1と図2を比較すると、苦手な人物とのつきあい方は消極的な態度のつきあい方など、ネガティブなつきあい方が多くを占めていることがわかった。また、苦手な人物との今後のつきあい方では、苦手な人物とのつきあい方に比べて相手に対して積極的な態度で、関わることを受容するポジティブなつきあい方が多くなることがわかった。以上のことから、苦手な人物とのつきあい方と、苦手な人物との今後のつきあい方は異なるものであることがうかがえる。

## 研究2

### 1. 目的

研究1の結果をもとに作成した対処法尺度の質問紙調査を実施し、苦手な人物とのつきあい方について検討する。

### 2. 方法

#### 1) 調査実施時期および調査対象者

2009年12月上旬から下旬、4年制大学の大学生および大学院生を対象に質問紙調査を実施した。

調査対象者数は、164名（男性59名、女性105名）であり、平均年齢は20.61歳（SD 1.93）であった。

調査は、調査者あるいは調査者の知人が質問紙を配布し、後日回収する方法で行った。

#### 2) 質問紙の構成

##### ①苦手な人物の想定

「日常生活の中で、誰もが“苦手だ”と感

じる人は一人や二人いると思います。あなたが最も苦手と感じる人を一人思い浮かべてください。具体的な場面を思い浮かべながら回答してください」という教示文を最初に記載し、特定の苦手な人物について一人想定させた。

##### ②対人苦手意識対処法尺度

対処法尺度は、研究1の結果から得られた、苦手な人物とのつきあい方と苦手な人物との今後のつきあい方に関するカテゴリをもとに作成した52項目から構成される（「なるべく関わらないようにする」「最低限のつきあいにする」など）。研究1の苦手な人物との今後のつきあい方のみでみられた「自己向上」「相手次第」のカテゴリは、苦手な人物とのつきあい方として十分考えられると、筆者を含む大学生3名と指導教員1名により判断した。そのため、語尾を修正した後、対処法尺度の項目として付け加えた。全52項目の回答について、「非常にあてはまる」（5点）、「あてはまる」（4点）、「どちらともいえない」（3点）、「あてはまらない」（2点）、「非常にあてはまらない」（1点）の5件法で回答を求めた。

##### ③調査対象者の属性

性別、年齢について回答を求めた。

### 3. 結果

#### 1) 対人苦手意識対処法尺度の因子分析

全52項目に対して主因子法による因子分析を行った。固有値1以上の基準を設け、初期の固有値の減衰状況（13.44、5.75、3.46、2.14、1.78、1.68、1.28、…）と、因子の解釈可能性を考慮して6因子構造が妥当であると考えられた。そこで、再度6因子を仮定し、主因子法・Promax回転による因子分析を行った。その結果、1つの因子について、40未満の因子負荷量を示す項目と、複数の因子にまたがって、.35以上の因子負荷量を示した「11.表面上は、仲良く穏便につきあう」、「23.反

論しない」「38.一緒に帰る」、「48.別のことを考える」、「52.第三者に相談する」の5項目を削除し、再度主因子法・Promax回転による因子分析を行った。その結果、6因子47項目が抽出された。Promax回転後の最終的な因子パターンと因子間相関を表1に示す。なお、回転前の6因子で47項目の全分散を説明する割合は60.12%であった。

第1因子は14項目で構成されており、「相手の嫌なところをなるべく気にしないでつきあう」「相手の長所をみつけるように努める」など、苦手な人物のことを受容して関わろうとする内容の項目が高い負荷量を示していた。そこで、「受容」因子と命名した。第2因子は10項目で構成されており、「最低限のつきあいにする」「深入りせずに、距離を保ってつきあう」など、苦手な人物をなるべく回避して最低限の関わりにとどめる内容の項目が高い負荷量を示していた。そこで、「回避」因子と命名した。第3因子は8項目で構成されており、「無視する」「あいさつをしない」など、苦手な人物を拒否して関わらない内容の項目が高い負荷量を示していた。そこで、「拒否」因子と命名した。第4因子は8項目で構成されており、「相手はこういう人なんだと自分に言い聞かせる」「仕方がないという気持ちを抱きながら、つきあう」など、苦手な人物のことを妥協して、自分の苦手な気持ちを出さずに関わる内容の項目が高い負荷量を示していた。そこで、「妥協」因子と命名した。第5因子は4項目で構成されており、「相手のいいなりになる」「その人の気分を見ながら慎重に行動する」など、苦手な人物の立場が強く、その人物に従って行動する内容の項目が高い負荷量を示していた。そこで、「従属」因子と命名した。第6因子は3項目で構成されており、「言うべきことは言う」「度が過ぎれば、はっきりと言う」など、苦手な人物に対して言いたいことは我慢せずに主張する内容の項目が高い負荷量を示してい

た。そこで、「主張」因子と命名した。

内的整合性を検討するために各下位尺度の $\alpha$ 係数を算出したところ、「受容」で $\alpha=.92$ 、「回避」で $\alpha=.92$ 、「拒否」で $\alpha=.80$ 、「妥協」で $\alpha=.85$ 、「従属」で $\alpha=.77$ 、「主張」で $\alpha=.80$ であり、十分な値が得られた（表1）。しかし、「拒否」では「37.和やかな雰囲気心を心がける」を削除した場合に $\alpha=.90$ となり、より十分な値が得られるため、この項目を「拒否」下位尺度から削除した。

以上の手続きによって作成された尺度を、先行研究で示された結果から、対人苦手意識対処法尺度と命名した。

## 2) 対人苦手意識対処法尺度の下位尺度間の関連

対処法尺度の6つの下位尺度別の合計得点を各下位尺度得点として算出した。各下位尺度得点の平均値と標準偏差（SD）を表2に示す。

対処法尺度の下位尺度間相関を表2に示す。「受容 - 妥協」（ $r=.38, p<.01$ ）、「受容 - 従属」（ $r=.48, p<.01$ ）、「回避 - 拒否」（ $r=.42, p<.01$ ）、「拒否 - 主張」（ $r=.29, p<.01$ ）、「妥協 - 従属」（ $r=.47, p<.01$ ）において有意な正の相関がみられ、「受容 - 回避」（ $r=-.47, p<.01$ ）、「受容 - 拒否」（ $r=-.55, p<.01$ ）、「拒否 - 妥協」（ $r=-.36, p<.01$ ）、「拒否 - 従属」（ $r=-.35, p<.01$ ）、「妥協 - 主張」（ $r=-.26, p<.01$ ）、「従属 - 主張」（ $r=-.16, p<.05$ ）において有意な負の相関がみられた。多くの因子間で相関が有意であったが、「回避」については「受容」以外で有意な相関がみられず、「主張」については「受容」と「回避」との間に有意な相関がみられなかった。

男女差の検討を行うために、対処法尺度の各下位尺度得点について $t$ 検定を行った（表3）。その結果、「受容」、「回避」、「拒否」、「妥協」、「従属」、「主張」のすべての下位尺度において男女の得点に有意な差がみられな



表1 対人苦手意識対処法尺度の因子分析結果 (Promax 回転後の因子パターン)

	I	II	III	IV	V	VI
<b>受容 (<math>\alpha = .92</math>)</b>						
42. 相手の嫌なところをなるべく気にしないでつきあう	.78	.08	.08	.20	-.11	-.08
32. 相手の長所をみつめるように努める	.76	.09	-.02	-.10	.01	.14
43. 自分から話すようにする	.75	-.20	.18	.02	-.05	.12
49. あまり苦手を意識しない	.72	-.08	.10	-.13	-.22	-.08
33. 仲良くする	.63	-.21	.02	.00	.02	.02
30. 相手を理解しようと努力する	.62	-.08	.05	.06	.21	.09
34. できるだけやさしくする	.61	.06	-.07	-.09	.26	-.14
31. 相手の個性だと割り切つてうまくつきあう	.61	-.03	-.03	.20	-.05	-.04
50. 普通につきあう	.61	.01	-.26	.09	-.14	-.01
47. 相手がいい方向に変わるまで待つ	.57	.05	.12	.07	.08	.11
41. 相手の立場になって考える	.56	.11	-.08	-.06	.20	.31
35. 話を肯定的に聞く	.50	-.03	-.08	.00	.22	-.23
36. 良いところをほめる	.48	-.07	-.14	-.04	.12	.15
39. 会話をする	.47	-.23	-.18	.01	-.07	.07
<b>回避 (<math>\alpha = .92</math>)</b>						
6. 最低限のつきあいにする	-.02	.78	.02	.06	-.08	.05
5. 深入りせずに、距離を保つてつきあう	.09	.77	-.16	.07	-.22	-.06
3. 自分から近づかないようにする	-.16	.75	.04	.05	.08	.09
8. 必要以上に関わらないようにする	-.23	.74	.00	.07	.09	.11
4. 二人きりになることを避ける	.05	.74	.10	-.03	.07	-.05
1. なるべく関わらないようにする	-.01	.73	.16	-.08	.09	.06
9. 表面的なつきあいにとどめる	-.09	.73	-.11	.11	-.12	-.08
10. 当たり障りのないようにつきあう	.22	.68	-.16	.08	-.06	-.12
2. 会わないようにする	.05	.66	.16	-.18	.14	.13
7. 相手から来た場合にだけ、対応する	-.20	.54	.07	.03	.08	-.01
<b>拒否 (<math>\alpha = .90</math>)</b>						
12. 無視する	.05	-.13	.99	.03	.02	-.04
16. あいさつをしない	.08	.04	.90	.00	.06	-.01
14. 目を合わせない	-.03	.09	.80	.08	.05	-.13
15. 嫌いという雰囲気を出す	-.05	-.01	.77	-.01	-.02	.12
17. 相手のアプローチ (電話やメールなど) に反応しない	.05	.08	.76	-.15	.07	-.05
13. 何か言われても聞き流す	-.03	.05	.55	.33	-.23	.10
51. 苦手と感じていることに気づかせる	.01	.03	.51	-.23	.04	.24
37. 和やかな雰囲気を心がける	.33	.25	-.44	-.06	.19	-.05
<b>妥協 (<math>\alpha = .85</math>)</b>						
29. 相手はこういう人なんだと自分に言い聞かせる	.04	.01	.03	.81	.03	.19
28. 仕方がないという気持ちを抱きながら、つきあう	-.22	-.11	-.18	.76	.10	.20
21. 波風立てないようにする	.05	.28	-.07	.59	-.03	.04
19. 感情を顔には出さないようにする	.13	.09	.04	.56	-.01	-.26
27. 妥協してつきあう	-.11	-.23	-.03	.52	.31	-.01
24. 相手の嫌な面を我慢する	.03	-.08	-.11	.50	.33	.11
20. 気持ちを落ち着かせる	.29	.22	.23	.49	-.02	-.05
18. 本人に直接感情をぶつけないようにする	-.05	.00	.19	.49	.08	-.25
<b>従属 (<math>\alpha = .77</math>)</b>						
25. 相手のいいなりになる	.03	-.16	.13	.13	.64	-.12
22. その人の気分を見ながら慎重に行動する	-.02	.15	-.07	.04	.64	-.12
26. 自分が悪くなくてもとりあえず謝る	.06	.03	.07	.16	.61	-.12
40. 相手に認められるように努力する	.30	-.04	-.11	-.03	.42	.06
<b>主張 (<math>\alpha = .80</math>)</b>						
44. 言うべきことはいう	.10	.02	-.12	.08	-.14	.81
46. 度が過ぎれば、はつきりと言う	.08	-.01	.08	.10	-.11	.77
45. 相手のマイナス面を注意する	.17	.03	.12	-.06	-.06	.60
因子間相関	I	II	III	IV	V	VI
I	-	-.44	-.59	.40	.42	-.07
II		-	-.42	-.03	-.04	-.01
III			-	-.45	-.33	.34
IV				-	.36	-.34
V					-	-.05
VI						-

※網掛け部分の項目は、 $\alpha$ 係数を算出した際に削除した項目になっている。

かった ( $t(158) = -0.47, n.s.$ ;  $t(160) = -1.20, n.s.$ ;  $t(159) = -0.19, n.s.$ ;  $t(159) = -0.15, n.s.$ ;  $t(159) = 0.28, n.s.$ ;  $t(160) = 0.63, n.s.$ )。

男女別の対処法尺度の下位尺度間の相関係数を表4に示す。男性においては、「受容 - 妥協」( $r = .40, p < .01$ )、「受容 - 従属」( $r = .54, p < .01$ )、「回避 - 拒否」( $r = .44, p < .01$ )、「拒否 - 主張」( $r = .29, p < .05$ )、「妥協 - 従属」( $r = .57, p < .01$ )に有意な

正の相関がみられ、「受容 - 回避」( $r = -.33, p < .05$ )、「受容 - 拒否」( $r = -.49, p < .01$ )に有意な負の相関がみられた。女性においては、「受容 - 妥協」( $r = .36, p < .01$ )、「受容 - 従属」( $r = .45, p < .01$ )、「回避 - 拒否」( $r = .41, p < .01$ )、「拒否 - 主張」( $r = .29, p < .01$ )、「妥協 - 従属」( $r = .41, p < .01$ )に有意な正の相関がみられ、「受容 - 回避」( $r = -.56, p < .01$ )、「受容 - 拒否」( $r = -.60, p < .01$ )、「回避 - 従属」( $r = -.26, p < .01$ )、

表2 対人苦手意識対処法尺度の下位尺度相関および平均値

	受容	回避	拒否	妥協	従属	主張	平均値	SD
受容	-	-.47 **	-.55 **	.38 **	.48 **	.03	2.84	0.82
回避		-	.42 **	.05	-.08	-.08	3.89	0.84
拒否			-	-.36 **	-.35 **	.29 **	2.08	0.97
妥協				-	.47 **	-.26 **	3.54	0.79
従属					-	-.16 *	2.46	0.93
主張						-	2.86	1.08

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ 

表3 対人苦手意識対処法尺度の男女別の平均値およびt検定の結果

	男性		女性		t 値
	平均値	SD	平均値	SD	
受容	2.79	0.91	2.85	0.77	-0.47
回避	3.79	0.91	3.96	0.80	-1.20
拒否	2.07	1.07	2.10	0.92	-0.19
妥協	3.53	0.88	3.55	0.75	-0.15
従属	2.49	1.03	2.45	0.88	0.28
主張	2.94	1.12	2.82	1.07	0.63

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ 

表4 対人苦手意識対処法尺度の男女別の相関係数

	受容	回避	拒否	妥協	従属	主張
受容	-	-.56 **	-.60 **	.36 **	.45 **	-.02
回避		-	.41 **	-.07	-.26 **	-.10
拒否			-	-.46 **	-.45 **	.29 **
妥協				-	.41 **	-.34 **
従属					-	-.28 **
主張						-

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ 

右上：女性、左下：男性

「拒否 - 妥協」( $r = -.46, p < .01$ )、「拒否 - 従属」( $r = -.45, p < .01$ )、「妥協 - 主張」( $r = -.34, p < .01$ )、「従属 - 主張」( $r = -.28, p < .01$ )に有意な負の相関がみられた。

男女ともに「受容」は「主張」以外の対処法尺度の下位尺度と有意な相関がみられた。また、男性に比べて女性の方が高い有意な相関がみられた。特に、「妥協」と「従属」に関わる相関、つまり「妥協」と「拒否」「主張」、「従属」と「回避」「拒否」「主張」では、女性においてのみ、高い有意な相関がみられた。

#### 4. 考察

本研究の目的は、対処法尺度を作成し、苦手な人物とのつきあい方について明らかにすることであった。そのために、研究2では、研究1の結果をもとに作成した対処法尺度の質問紙調査を実施し、苦手な人物とのつきあい方について検討した。その結果、対処法尺度において、「受容」「回避」「拒否」「妥協」「従属」「主張」の6因子47項目が抽出された。「受容」は、「相手の嫌なところをなるべく気にしないでつきあう」などの項目で構成されており、苦手な人物のことを受容して積極的に関わろうとする因子であると考えられる。「回避」は、「最低限のつきあいにする」などの項目で構成されており、苦手な人物をなるべく回避して最低限の関わりにとどめる因子であると考えられる。「拒否」は、「無視する」などの項目で構成されており、苦手な人物を拒否して関わらない因子であると考えられる。「妥協」は、「相手はこういう人なんだと自分に言い聞かせる」などの項目で構成されており、苦手な人物のことを妥協して、自分の苦手な気持ちを出さずに関わる因子であると考えられる。「従属」は、「相手のいいなりになる」などの項目で構成されており、苦手な人物の立場が強く、その人物に従って行動する因子であると考えられる。「主張」

は、「言うべきことはいう」などの項目で構成されており、苦手な人物に対して言いたいことは我慢せずに主張する因子であると考えられる。

日向野ら(1998)で作成されたつきあい方尺度と本研究で作成した対処法尺度を比較すると、つきあい方尺度は「消極的な態度」「個性の容認」という2因子が抽出され、対処法尺度は「受容」「回避」「拒否」「妥協」「従属」「主張」という6因子が抽出された。日向野ら(1998)の「消極的な態度」は苦手な人物からの回避や心理的距離を保とうとする消極的なつきあい方の因子であり、本研究の「回避」「拒否」とほぼ同様の内容と考えられた。また、日向野ら(1998)の「個性の容認」は苦手な人物の個性を認めて柔軟につきあおうとするつきあい方の因子であり、本研究の「受容」「妥協」とほぼ同様の内容であると考えられた。このことから、本研究で抽出された6因子は日向野ら(1998)の2因子をさらに詳細に分類したものであると考えられる。

さらに、先行研究でみられなかった「従属」が本研究で抽出された。橋本(1997)による対人ストレスイベント尺度の対人劣等因子に、「相手に嫌な思いをさせないよう気を使った」「無理に相手にあわせた会話をした」という項目があり、これらの項目は「従属」とほぼ同様の内容である。対人イベント、つまり対人関係に起因する出来事に、従属とほぼ同様の出来事がみられることから、苦手な人物に対する対処法として「従属」を経験していることが考えられる。このことから、「従属」が苦手な人物に対するつきあい方の1つとして考えられるだろう。

対処法尺度の男女差について検討したところ、対処法尺度のすべての下位尺度において男女の得点に有意な差がみられなかった。そのため、苦手な人物とのつきあい方には、男女による違いがないと考えられる。

対処法尺度の各下位尺度間や男女別の対処法尺度の下位尺度間において関連性がみられた。男女ともに「受容」は「妥協」「従属」と正の関連性がみられ、「回避」「拒否」と負の関連性がみられた。「妥協」は「従属」と正の関連性がみられ、「拒否」は「回避」「主張」と正の関連性がみられた。女性において、「拒否」は「妥協」「従属」と負の関連性がみられ、「主張」は「妥協」「従属」と負の関連性がみられた。また、対処法尺度の各下位尺度間では関連性はみられなかったが、女性においてのみ、「回避」は「従属」と負の関連性がみられた。したがって、苦手な人物に自分の苦手な気持ちを示さない、柔軟なつきあい方である「受容」「妥協」「従属」と、苦手な人物に自分の苦手な気持ちを示すつきあい方である「拒否」「回避」「主張」は、それぞれ相関が似た傾向を示すことが示唆された。

## 5. 総合考察

本研究の目的は、対処法尺度を作成し、苦手な人物とのつきあい方について明らかにすることであった。そのために、研究1では苦手な人物とのつきあい方と苦手な人物との今後のつきあい方に関する自由記述形式の質問紙調査を実施し、苦手な人物とのつきあい方と苦手な人物との今後のつきあい方について差異を検討した。研究2では研究1の結果をもとに作成した対処法尺度の質問紙調査を実施し、苦手な人物とのつきあい方について検討した。大学生および大学院生を対象とした調査に基づいて尺度の検討を行った。その結果、対処法尺度は「受容」「回避」「拒否」「妥協」「主張」「従属」という6因子が抽出された。本研究では、日向野ら（1998）によるつきあい方尺度の「消極的な態度」「個性の容認」という2因子を詳細に分類するとともに、「従属」という2因子が新たに抽出された。

さらに、研究1の図1を参考にし、第2研

究の結果を加味して、6つの下位尺度を二次元上に表したものを図3に示す。この図は、日向野ら（1998）の分類を次元としてとらえ、「拒否 - 受容」を縦軸、「消極的 - 積極的」を横軸に示した二次元上に、本研究の6つの下位尺度を配置したものである。図1と図3は名称やカテゴリ数等は異なるものの、ほぼ同様の意味合いを持つ分類となった。日向野ら（1998）の分類を次元としてとらえて本研究で分類された下位尺度を配置した結果、日向野ら（1998）によるつきあい方尺度の2因子をさらに詳細に分類し、新たな尺度の構造が示唆された。

今後の課題としては、対処法尺度の信頼性と妥当性についての検討が不十分であるため、再テスト等により信頼性を検討することや他の関連概念との関係により妥当性を検討することが求められる。また、本研究の対処法尺度と日向野ら（1998）、日向野（2008）のつきあい方尺度の違いについて、KJ法という質的方法で検討したが、その違いが統計で検討した際にも同様の結果になるか確認する必要があるだろう。また、対処法尺度は大学生における傾向を反映したものであり、大学生以外の人たちにおいても、同様の結果が得られるのかは疑問である。そのため、他の年齢層を対象に対処法尺度を実施し、どのような結果が得られるのかを検討することが期待さ

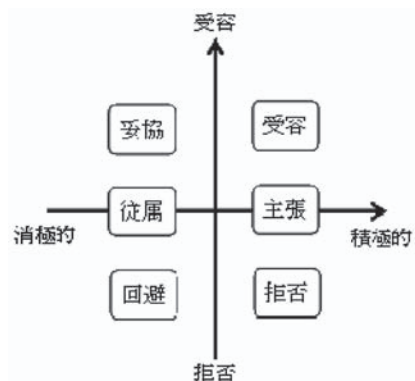


図3 対人苦手意識対処法尺度の分類

れる。

## 付記

本論文は2009年度北海道教育大学札幌校教員養成課程教育臨床専攻において、卒業論文として作成したものに加筆・修正したものである。

## 謝辞

本論文をまとめるにあたり御指導いただきました北星学園大学社会福祉学部の牧田浩一先生、卒業論文作成の際に御指導いただいた北海道教育大学札幌校の戸田弘二先生に厚く感謝申し上げます。また、調査にご協力いただいた皆様に対し、心から御礼申し上げます。

## 引用文献

- 橋本剛 1997 大学生における対人ストレスイベント分類の試み 社会心理学研究, 13, 1, 64-75
- 日向野智子・堀毛一也・小口孝司 1998 青年期の対人関係における苦手意識 昭和女子大学生生活心理研究所紀要, 1, 43-62
- 日向野智子・小口孝司 2002a 中学生における対人苦手意識 日本社会心理学第43回大会発表論文集, 190-191
- 日向野智子・小口孝司 2002b 対人苦手意識の実態と生起過程 心理学研究, 73 (2), 157-165
- 日向野智子 2008 対人苦手意識の生起と相互作用の過程に関わる社会的スキル——一般他者に対する社会的スキルと苦手な他者に対する社会的スキルにおける質的差異の検討—— 立正大学心理学部紀要, 6, 39-49
- 曾我部和広 1993 相性のいい子, 相性の悪い子 児童心理, 47, 107-115
- 氏原寛 1996 苦手意識の心理 児童心理, 50, 1-10